

KURASHNING TARIXIY TARAQQIYOTI

Turayeva Gulsevar Shuhrat qizi

ChDPU Jismomiy madaniyat 1-bosqich talabasi

Annotatsiya. Mazkur maqolada jismoniy tarbiya darslari va sinifdan tashqari mashg'ulotlarda umumta'lim maktablar o'quvchilar orasidan iste'dodli yoshlarni kurash turga tanlab olish yuzasidan kursatma va takliflar kiritilgan

Аннотация. В данной статье содержатся указания и предложения по отбору талантливой молодежи из числа учащихся общеобразовательных школ для занятий борьбой на уроках физкультуры и внеклассной деятельности.

Annotation. In this article, courses and suggestions were entered on the selection of talented young people from among students of secondary schools in physical education classes and extracurricular activities

Kalit so'zlar: Kurashning qadimiy tarixi O'rta asrlarda kurash, kurashda qo'llaniladigan usullar, milliy sport turi sifatida kurash, kurashning zamonaviy rivoji.

Ключевые слова: древняя история борьбы, борьба в Средние века, методы, применяемые в борьбе, борьба как национальный вид спорта, современное развитие борьбы.

Keywords: the ancient history of Wrestling in the Middle Ages, the methods used in wrestling, wrestling as a national sport, the modern development of wrestling.

O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022-yil 6-apreldagi PF-98-sonli Farmoniga asosida chiqarilgan - Qonunchilik ma'lumotlari milliy bazasi, 07.04.2022-y., 06/22/98/0279-son)

Kurash mahorat maktablarda Davlat budjeti mablag'lari hisobidan moliyalashtirilgan boshlang'ich prafissional davlat sport-ta'lim muassasalari hisoblanadi va ularning faoliyati kurash bo'yicha iqtidorli yosh sportchilarni tanlab olish va ularni va asosan terma jamolarga tayyorlashga yunaltiriladi. O'zbekiston prezidenti tomonidan kurashni milliy sport sifatida rivojlantirish va uning xalqaro miqyosda ommalashishiga alohida e'tibor qaratilgan. Bu sport turining Olimpiya o'yinlarida qatnashishini ta'minlash va unga universtutlarni jalb qilish choralari ko'rilgan. O'zbekiston prezidenti O'zbekiston Kurash Federatsiyasining faoliyatini mustahkamlash, milliy va xalqaro musobaqalar tashkil etishni qo'llab-quvvatlashga oid qarorlar chiqargan. Kurash federatsiyasi faoliyatini rivojlantirish uchun moliyaviy va tashkilotchilik masalalariga alohida e'tibor qaratilgan.

Prezidentning qarorlari asosida, kurashni Olimpiya o'yinlarida tanitish va jahon chempionatlarida O'zbekiston. Milliy kurashchilarni tayyorlash va xalqaro miqyosda muvaffaqiyatli qatnashish uchun tashabbuslar amalga oshirilib kelinmoqda.

Kurash so'zi, asosan, halolikni anglatadi. O'zbek milliy kurashining paydo bo'lishi milodiy 2-ming yilliklarga borib tarqalgna. Kurash-O'zbek xalqi madaniyati va urf-odatlar negizida shakllangan sport turidir.

Bugungi kunda kurashning yanada rivojlanishi, uning Olimpiya o'yinlar dasturida munosib o'rin egallashi uchun yaratilgan keng qamrovli imkoniyatlardan foydalanish joiz. Xususan, texnika asri davrga e'tibor bilan razm solsak, haqiqatan ham, bu sportga juda ko'p o'zgarishlar kiritilmoqda. Jumladan, yoshlarni millatimiz ramzi bo'lgan asrlar osha avloddan avlodga o'tib kelayotgan bu sport turiga jalb qilish maqsadida turli islohotlar olib borilmoqda. Kurash sporti qo'l, oyoq va tana yordamida raqibni yengish maqsadida amalga oshiriladigan faoliyatni ifodalaydi. Kurashning tarixiy ildizlari qadimiy davrlarga borib taqaladi va u turli xalqlarda harbiy tayyorgarlik, jismoniy tarbiya va sport sifatida rivojlangan. Bugungi kunda kurash sportining ko'plab shakllari mavjud, jumladan, milliy kurash, belbog'li kurash erkin kurash kabi turlari mavjud. Kurash nafaqat fizik ko'nikmalarni rivojlantirish, balki ruhiy chidamlilikni oshirishda ham muhim o'rin tutadi. O'rta asrlarda kurash ko'pincha jangovar san'atlarga asoslangan bo'lib, jangchilarni jismoniy jihatdan tayyorlash va raqibni yakson qilish maqsadida o'rgatilgan. O'sha davrda kurashning turli usullari bo'lib, ularning ko'pchiligi qo'l, oyoq va tana kuchidan foydalanishga asoslangan edi. Milliy kurashda kurashchilar ko'pincha o'zining jismoniy kuchini va energiyasini to'g'ri boshqarishga harakat qilishi zarur. Milliy sport turi sifatida kurash ko'plab xalqlarning tarixida va madaniyatida muhim o'rin tutadigan jang san'ati va sport turi bo'lib, unda o'zaro jismoniy kuch, texnika va strategiya orqali raqibni yengish maqsad qilinadi. Milliy kurashning har biri o'ziga xos texnikaga, qoidalariga va usullarga ega. Masalan, kurashchining tezkorlik va kuchli tutishlari yordamida raqibni o'zini zaiflashtirishga harakat qilinadi.

“Kurash” sport turida ta'zim, to'xta, yonbosh, chala, dakki, halol, g'irrom kabi o'zbekcha so'zlarning turli millat va ellatlarga mansub hakamlar tomonida yangrashi ko'ksimizni faxr-iftihor tuyg'usi bilan mavjlantiradi. Milliy kurashimiz usullarini mohirona qo'llab, bel olishayotgan xorijlik polvonlarni ko'rganimizda ko'nglimiz tog'day ko'tariladi. Bularning barchasi o'zbek kurashini umuminsoniy qadriyat sifatida Olimpiya o'yinlari safida munosib o'rin olishga haqli ekanligini yaqqol dalilidir.

Milliy kurash sport turi azaldan yigitlarimiz or-nomusi ramzi sifatida e'trof etilgan. Masalan, bunga quydaglarni misol qilamiz. O'rta Osiyo xalqlari og'zaki ijodi bo'lmish Alpomish, Go'ro'g'li, Rustamxon, Avazxon kabi dostonlarda polvonlar kurashi madh etilib, epchil, chaqqon va dono, zukko, polvonlar ulug'lgan. Ular millat qahramonlari timsoli sifatida e'zozlangan. Ulug' mutafakkir olimlarimiz Abu Ali Ibn Sinoning “Tib qonunlari”, Alisher Navoiyning “Xamsa” 5 dostoni Zahriddin Muhammad Boburning “Boburnoma” Amir Temurning “Temur tuzuklari” kabi asarlarida ham kurash haqida qimmatli ma'lumotlar keltirilgan.

Milliy sport turi sifatida kurash - bu har bir xalqning tarixiy va madaniy merosi sifatida ajralib turadigan, jismoniy kuch va mahoratni sinashga asoslangan sport turidir. Milliy kurash sporti turli xalqlar, shu jumladan, O'zbekiston, Qozog'iston, Qirg'iziston, Turkiya va boshqa mamlakatlarda katta ahamiyatga ega bo'lib, an'anaviy o'yinlar va kurash usullari bilan boyitilgan. Kurashning milliy sport sifatida taraqqiyoti, asosan, uning har bir mintaqada o'ziga xos qoidalar, texnikalar va usullarga ega bo'lishi bilan bog'liq.

Kurashning maqsadi raqibni yengish va uni yerga tushirish, lekin har bir xalqning kurash uslubi o‘ziga xosdir. Milliy kurash xalqlarning urf-odatlarini, madaniyatini va qadriyatlarini aks ettiradi. Milliy kurash faqat jismoniy kuchni emas, balki ruhiy va ma'naviy tayyorgarlikni ham talab qiladi. Kurashchilar mahorat va kuch bilan birga, o‘z-o‘zini nazorat qilish, sabr-toqat va hurmatni ham o‘rganadilar. Bu sport turi nafaqat jismoniy barkamollik, balki ma'naviy barkamollikni ham shakllantiradi. Kurash, asosan, Markaziy Osiyo va O‘rta Sharqning an’anaviy kurash turlaridan biri bo‘lib, uning zamonaviy rivoji bir nechta omillarga asoslanadi. Bugungi kunda kurash sporti sifatida dunyo bo‘ylab keng tarqalgan va rivojlangan. Uning zamonaviy rivojiga quyidagi asosiy omillar ta’sir ko‘rsatgan: Sport sifatida rasmiylashtirilishi: Kurash sport turi sifatida tashkil etilib, xalqaro miqyosda tan olinishni boshlangan. 1946-yilda Xalqaro Kurash Federatsiyasi (FILA) tashkil topdi, bu esa kurashni dunyo miqyosida ommalashtirishda katta rol o‘ynadi. Zamonaviy qoidalar va musobaqalar: Kurashning zamonaviy shakllari, ayniqsa, "freestyle" (erkin usul) va "greco-roman" (grek-rum usuli) kurash turlari aniq qoidalariga asoslanib, musobaqalarda jismoniy va texnikaviy darajani yanada oshirdi. Bu turdagi kurashlarda har bir jangchi sport formasi va taktikasiga e’tibor qaratadi. Olimpiya o‘yinlarida qatnashish: Kurash 1904-yildan boshlab Olimpiya o‘yinlarining bir qismi bo‘lib kelgan va bugungi kunda ushbu sport turi Olimpiadada 2 xil usulda, ya’ni erkin va grek-rum usulida o‘tkaziladi. Xalqaro federatsiyalar va musobaqalar: Turli mamlakatlarda kurash federatsiyalari tashkil etilib, xalqaro miqyosda turli musobaqalar o‘tkazilmoqda. Bu musobaqalarda nafaqat professional sportchilar, balki havaskorlar ham ishtirok etadi. Texnologiyalar va trening metodlari: Zamonaviy texnologiyalar va yangi trening metodlari kurash sportchilarining tayyorgarligini sezilarli darajada yaxshiladi. Video tahlillar va zamonaviy jismoniy tayyorgarlik usullari jangchilarning muvaffaqiyatiga ta’sir qiladi. Kurashning global tarqalishi: Kurash nafaqat Markaziy Osiyo, balki Yevropa, Shimoliy Amerika, Janubiy Koreya va boshqa davlatlarda ham rivojlanmoqda. Ko‘plab yangi dasturlar va musobaqalar bilan kurash sporti global sportga aylangan.

Xulosa qilib aytganda, yoshlarning tarbiyasi uchun ularning bo’sh vaqtini to’g’ri taqsimlanishi - sport bilan doimiy ravishda band bo’lish lozim. Bu vaziyatni bartaraf etishning yo’llaridan biri esa kurash sport turi mashg’ulotlariga yoshlarni jalb qilishdir.

Kurashning rivojlanishi davomida u turli xalqlar madaniyati va sport hayotiga singib, xalqaro maydonda ham o‘z o‘rniga ega bo‘ldi. Bugungi kunda u nafaqat O‘zbekiston, balki butun dunyo miqyosida sport turlari orasida o‘ziga xos mavqega ega bo‘lib, jahon chempionatlari va olimpiya o‘yinlariga kirish yo‘lida izchil rivojlanib bormoqda. Shu bois, kurashni keng targ‘ib qilish va uning rivojlanishiga hissa qo‘shish muhim vazifalardan biri hisoblanadi. Kelajakda kurashni yanada rivojlantirish uchun uni yosh avlod orasida ommalashtirish, xalqaro musobaqalar sonini ko‘paytirish va sportchilar uchun zarur sharoitlarni yaratish muhimdir. Shuningdek, kurashning Olimpiya o‘yinlari dasturiga kiritilishi yo‘lida amalga oshirilayotgan sa’y-harakatlar davom ettirilishi lozim. Ushbu sport turi nafaqat jismoniy tarbiya, balki milliy g‘urur va ma’naviy yuksalish ramzi sifatida ham katta ahamiyat kasb etadi. Kurashning qadimiy an’analarini asrab-avaylash va zamonaviy

sport talablari bilan uyg‘unlashtirish orqali uning jahon miqyosidagi mavqeini yanada mustahkamlash mumkin. Shu sababli, kurash rivojiga hissa qo‘shish har bir sportchi, murabbiy va mutasaddi tashkilotlarning ustuvor vazifalaridan biri bo‘lib qolishi lozim.

FOYDALANGAN ADABIYODLAR:

1. Raximov A. Kurash va uning sportdagi o‘zni.- Toshkent: Sharq, 2015.
2. Olimov S. Milliy sport turlari: an‘ana va taraqqiyot. - Samarqand: SamDU nashriyoti, 2018.
3. O‘zbekiston Respublikasi Jismoniy tarbiya va sport davlat qo‘mitasi. Kurash buyicha qo‘llanma. - Toshkent 2020.
4. Xudayberdiyev U. Kurash taxnikasi va taktikasi. - Toshkent: Fan, 2016.
5. Rashidov, M. (2019). "O‘zbek kurashining tarixi va xalqaro maydondagi mavqei." Jismoniy tarbiya va sport ilmi, 3(1), 67–75.
6. Norqulov, H. (2021). "Kurashning Olimpiya sporti sifatida e’tirof etilishi yo‘lidagi muammolar va istiqbollar." O‘zbekiston sport jurnali, 4(2), 88–96.
7. Murodova Ruxshona, Shoxnazarova Ruxsora “Milliy kurashning bugungi kunda talaba-yoshlar tarbiyasidagi ahamiyati” “Jismoniy tarbiya va sport sohasi samaradorligini oshirishda fiziologik , pedagogic-psixologik yondashuvlar va fanlararo integratsiyalashuv masalalari” mavzusidagi ilmiy-amaliy Anjuman Maqolalar to‘plami 2024-yil 26-aprel Qo‘qon-2024
8. LEX.UZ. <https://lex.uz/docs>